



id: SI\_004

model: anthropic/claude-haiku-4-5

seeds:

04\_risiko: sårbarhet

03\_relasjon: makt

05\_handling: implementer

01\_perspektiv: operasjonell

02\_tidhorisont: langsiktig

## Instans SI\_004

**Seeds:** operasjonell | langsiktig | makt | sårbarhet | implementer

### Analysen: Balansen som maktspørsmål

Du står foran et **maktproblem**, ikke et tidsproblem. Det handler om hvem som kontrollerer din oppmerksomhet.

**Operasjonelt perspektiv:** Du kjører parallelle systemer med ulik ROI. Fulltidsjobben gir stabil kapital; side-giggen gir potensiell kapital + autonomi. Problemet er at du har gitt side-giggen uendelig tid på fritiden. Det betyr den ekspanderer til all ledig kognitiv kapasitet. Dette er ikke bærekraftig.

**Langsiktig fallgruven:** Hvis du fortsetter slik i 18-24 måneder, risikerer du utbrenthet som gjør begge prosjektene mindre verdifulle. Sverm.ai har ikke nytte av en grunnlegger som er sliten. Din fulltidsjobb trenger mental friskhet. Din sårbarhet her er at du tror intensitet = dedikasjon. Det gjør det ikke.

**Maktdimensjonen:** Den virkelige makten ligger i å si nei. Ikke til prosjektet — til grenseløs tilgjengelighet. La meg være konkret:

#### Implementer dette:

- Ringfencing:** Bestem eksakt hvor mange timer per uke for side-giggen (forslag: 15-20 timer). Ikke mer. Ikke mindre.
- Operasjonell struktur:** Ikke "jobb når du har energi" — sett faste blokker. Tirsdag 20:00-23:00 + lørdagmorgen 08:00-12:00. Det er det.
- Metrics over følelser:** Hva skal faktisk skje med sverm.ai på 6 måneder? Konkrete mål. Ikke "vokst".



**Dissensen:** Alle sier “work-life balance”. Det er ikke ditt problem. Ditt problem er **no-boundary trap**. Du har ikke grenser. Du trenger ikke meditasjon eller “self-care” — du trenger disiplin.

**Litteratur:** Cal Newports Deep Work (fokus over multitasking), men mer relevant: Paul Grahams essay “Maker’s Schedule, Manager’s Schedule” om å verne tankekraft. For den spesifikke side-gig-dynamikken: The Lean Startup (fordi side-giggen skal testes raskt, ikke perfektioneres).

---

## Neste steg:

1. **Denne uken:** Definer eksakt timebudsjett for sverm.ai. Skriv det ned.
2. **Kalenderen:** Legg inn to faste ukentlige blokker. Behandle dem som møter du ikke kan flytte.
3. **Måling:** Bestem 3 konkrete metrikker for hva som skal skje på 6 måneder. Ikke “growth” — spesifikt.